

SAYA berusia 25 tahun dan bakal mendirikan rumah tangga. Alhamdulillah, kitaran haid saya teratur selama tujuh hingga lapan hari setiap bulan. Tetapi, seringkali terjadi pendarahan semula dengan kuantiti yang amat sedikit (lebih kurang setitik) pada hari ke-12,13 atau 14 (kadang-kadang berwarna hitam atau coklat). Walaupun masih lagi dalam lingkungan darah haid iaitu 15 hari, saya berasa agak bimbang dengan keadaan ini. Adakah ini normal atau sebaliknya? Mohon nasihat dan penjelasan doktor.

■ **Wanita Mawar, Klang, Selangor.**

JAWAPAN

Ramai wanita mengalami pendarahan yang tidak normal antara kitaran haid bulanan. Ada yang serius dan ada juga sembuh tanpa memerlukan apa-apa rawatan. Walau apa pun gejala pendarahan tersebut, anda haruslah mengetahui puncanya, bagaimana ia didiagnosis dan kaedah rawatan yang mungkin diberikan.

Terdapat pelbagai penyebab pendarahan haid yang abnormal. Pendarahan abnormal mungkin melibatkan pendarahan di antara kitaran haid, kitaran haid yang



Punca pendarahan haid abnormal

Mingguan/Malaysia 5/8/12 MS 12.

kitaran haid (iaitu di peringkat antara dua kitar haid), pendarahan selepas hubungan kelamin, pendarahan tidak menentu harinya dalam kitar haid, pendarahan yang banyak serta bilangan harinya panjang dari hari-hari sebelum ini, atau pendarahan yang berlaku selepas menopause (putusnya haid secara fisiologi).

Pendarahan yang berlaku di pertengahan kitar haid boleh berlaku selama beberapa hari. Ada juga wanita yang mengalami gejala kesakitan disertai dengan pendarahan tersebut. Ketidakelesaan ini biasanya disebabkan oleh ovulasi. Jika masalah ini berlanjutan dan menjadi teruk (melebihi dua hari),

wanita tersebut perlu dirujuk kepada doktor. Jika keganjilan kitaran haid hanya berlaku sekali atau kadang kala, anda tidak perlu berasa cemas kerana mungkin itu adalah normal.

Pemeriksaan

Pendarahan abnormal mempunyai banyak punca dan lazimnya doktor akan menumpukan pemeriksaan pada penyebab mengikut umur. Sejarah kesihatan dan pengambilan ubat-ubatan juga akan direkodkan.

Bagi ramai wanita, ketidakseimbangan aras hormon mungkin menyebabkan keganjilan

kitaran haid sebegini. Di antara penyebab-penyebab biasa yang disiasat jika seseorang wanita mengalami pendarahan yang tidak normal termasuklah mengandung, keguguran, mengandung di luar rahim atau masalah berkaitan penggunaan alat dalam rahim dan pil perancang keluarga.

Selain itu, jangkitan pada rahim atau pangkal rahim, fibroid, polip pada rahim, masalah dengan sistem pembekuan darah, kanser wanita (rahim, ovari, pangkal rahim, faraj) atau masalah kesihatan kronik seperti penyakit tiroid dan diabetes mellitus mungkin menjadi puncanya.

Semasa di klinik, doktor akan merekodkan sejarah kesihatan anda serta keluarga. Penggunaan ubat-ubatan, sama ada ubatan tradisional atau yang dipreskripsikan, penggunaan pil perancang keluarga, tabiat pemakanan, senaman, berat dan tinggi juga direkodkan.

Ketegangan dan kestabilan emosi juga perlu diamati. Anda juga akan diberikan carta bagi menandakan hari-hari berlakunya keabnormalan kitaran haid.

Rahim

Pemeriksaan lanjutan yang lazim disyorkan, berdasarkan simptom dan tanda-tanda yang dipersembahkan termasuklah pemeriksaan ujian imbasan ultrabunyi untuk meneliti keadaan di dalam kawasan pelvik.

Ujian-ujian lain juga dilakukan mengikut indikasi tertentu.

Ujian tersebut seperti ujian biopsi dinding

rahim secara meneropong ke dalam rahim. Kaedah

meneropong ini dikenali juga sebagai prosedur histeroskopi. Ujian yang biasa dilakukan juga adalah dilatasi serta pengkuretan. Kaedah ini membabitkan pensampelan tisu dari bahagian dalam rahim untuk diperiksa di bawah mikroskop.

Rawatan yang diberikan bergantung kepada apakah punca pendarahan yang dialami. Lazimnya terdapat tiga pilihan kaedah perawatan iaitu,

i- Rawatan menggunakan hormon. Ia mengambil masa untuk menormalkan kembali kitaran haid. Hormon ini mungkin diberikan secara oral. Jika anda mengalami hiperplasia pada dinding rahim, keadaan ini boleh

dirawat dengan terapi hormon progesteron.

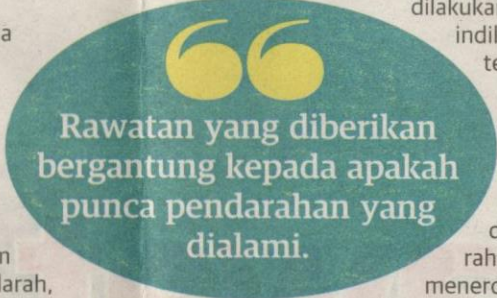
ii- Ubat-ubat lain seperti NSAID (*NonSteroidal AntiInflammatory*) dapat mengurangkan jumlah pendarahan. Ubat ini juga berkesan sekiranya anda mengalami senggugut.

iii- Antibiotik diberikan sekiranya anda mengalami jangkitan kuman. Pembedahan disyorkan apabila pendarahan berpunca daripada ketumbuhan seperti polip dan fibroid. Mungkin pembedahan ini dilakukan secara histeroskopi.

Berbincang

Jangan takut serta segan untuk berbincang dengan doktor apabila anda mengalami masalah pendarahan seperti dimaklumkan. Doktor akan mendapatkan sejarah perubatan secara terperinci dan dengan itu pemeriksaan lanjut dapat dilakukan.

Seterusnya tataraca penyiasatan yang tepat mengikut indikasi dan kesesuaian pesakit dapat dijalankan. Dengan itu rawatan yang terbaik dan terkini untuk memulihkan keadaan dapat diberikan. Mungkin juga anda tidak perlu menjalani apa-apa tataraca penyiasatan seperti yang saya maklumkan jika daripada pemeriksaan tiada masalah serius yang dijangkakan, rawatannya mungkin hanya perlu tunggu dan lihat sahaja.



Rawatan yang diberikan bergantung kepada apakah punca pendarahan yang dialami.